

Was tun gegen Aufregung - Prüfung?

Beitrag von „NerD“ vom 6. Dezember 2005 18:12

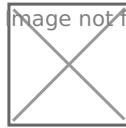
Wichtig ist eigentlich nur, dass Du in der Prüfung ruhig bleibst. Während ich VOR der Prüfung wie ein Tiger die Wände hoch gegangen bin und alle Freunde und Verwandte so dermaßen angeschnauzt habe, war ich in der Prüfung die Ruhe selbst.

Ich war vorbereitet, habe gelernt und die eine Trulla hatte von eh nichts eine Ahnung, sodass ich da wirklich unbeschwert unterrichtet habe.

Schwierig war es bei mir, als ich den Schülern ein Glockensignal zum Phasenwechsel ertönen ließ (hab ich nur gemacht, weils die Geschichtstrulla so geil fand und es ansonsten nienienie gemacht hab) und die Schüler, die ja mit dem Rücken zum Publikum saßen) mich so frech angrinsten und anfeixten, dass ich fast mitgeprustet hätte.

Klar bist Du aufgeregt und das ist auch gut so! Versuch normal zu essen (Schoki!) und trink Deine 2 - 3 Liter Wasser (wichtig). Und wenn Du abends nicht einschlafen kannst, hol Dir die drei ??? oder Benni Blümchen, konzentrier Dich darauf und ich garantiere Dir, dass Du nach spätestens einer Kassette weggeknackt bist.

image not found or type unknown



Ich drücke Dir ganz fest die Daumen am Freitag

Liebe GRüße N.